

心の健康セミナーin福島

「人の視線が気になる、自分の表情が人を不愉快にする、鍵をかけたか何度も確認する、不潔な気がして何度も手を洗う、突然心臓がドキドキして死を心配する」このような症状で悩んでいる方に森田療法の考え方が参考になります。

日時：平成29年10月29日（日）13:30～16:45（開場13:10～）

会場：コラッセふくしま5階研修室
JR福島駅西口から北へ徒歩5分

■講演テーマ

**「不安・心配事に振り回されずに生きるには？
神経質をプラスに活かす森田療法の考え方」**

講師 久保田幹子先生

法政大学現代福祉学部 臨床心理学科教授
東京慈恵会医科大学 森田療法センター臨床心理士長

体験発表 不安に振り回されたつらい体験をのりこえて
生活の発見会会員



■定員 80名限定 参加費無料 定員になり次第締め切り

問い合わせ：申し込み先 電話、メール、FAXにて次のどちらかにお申し込みください。
たちはなやすのぶ

■ 橋 泰信 電話・FAX 024-525-5184 メール sp9u22y9@song.ocn.ne.jp

■ NPO法人 生活の発見会事務局「心の健康セミナー・福島」係
〒130-0001 東京都墨田区吾妻橋2-19-4 リバーあみ清ビル2F
電話 03-6661-3800（火～土9:30～17:00）
FAX 03-3621-8555 メール arugamama@hakkenkai.jp

*申し込みの際は、①住所②氏名（ふりがな）③電話番号・FAX番号をお知らせください。

*メールの場合はタイトルを「心の健康セミナー・福島」としてください。

*メール・FAXの方には返信させていただきます。

主催 NPO法人 生活の発見会東北支部

後援 日本森田療法学会 福島市
公益財団法人 メンタルヘルス岡本記念財団